

NOTA DE PRENSA

El peligro invisible del humo: los farmacéuticos comunitarios advierten del impacto multisistémico de los incendios sobre la salud

- La exposición al humo de los incendios puede agravar las enfermedades respiratorias y cardiovasculares y afectar especialmente a personas con patologías crónicas, mayores, niños y embarazadas.
- La farmacia comunitaria, por su proximidad y accesibilidad, puede desempeñar un papel clave en la prevención, educación sanitaria, continuidad de los tratamientos y detección precoz de signos de alarma.

3 de agosto de 2026. En un contexto de crisis climática en el que los incendios forestales y otros fenómenos ambientales extremos constituyen un desafío creciente para la salud pública, los farmacéuticos comunitarios recuerdan que sus consecuencias van mucho más allá de los daños directos producidos por las llamas.

El humo generado durante los incendios puede desplazarse a grandes distancias y exponer a poblaciones alejadas del foco a una compleja mezcla de contaminantes atmosféricos. Entre ellos destacan las **partículas finas PM2,5**, junto con monóxido de carbono, óxidos de nitrógeno, compuestos orgánicos volátiles e hidrocarburos aromáticos policíclicos.

La Organización Mundial de la Salud señala que las PM2,5 procedentes del humo de los incendios se asocian con efectos adversos sobre diferentes órganos y sistemas y con un incremento de la mortalidad prematura.

En este escenario, **la farmacia comunitaria**, por su accesibilidad y cercanía a la población, constituye un punto sanitario estratégico para informar sobre cómo disminuir la exposición, identificar a las personas especialmente vulnerables, favorecer la continuidad de los tratamientos y detectar situaciones que requieren valoración médica.

El humo de los incendios: un riesgo que va más allá del aparato respiratorio

El material particulado es uno de los principales componentes del humo con repercusión sanitaria. Las partículas con un diámetro aerodinámico inferior a 2,5 micras (PM2,5) pueden penetrar profundamente en el aparato respiratorio, alcanzar los alvéolos y algunas de sus fracciones y componentes favorecer efectos sistémicos.

La **exposición desencadena mecanismos de inflamación y estrés oxidativo**, además de alteraciones vasculares y de la coagulación, que ayudan a explicar que las consecuencias del humo no se limiten exclusivamente al aparato respiratorio.

La evidencia es especialmente consistente respecto al incremento de los problemas respiratorios, incluyendo las exacerbaciones de asma y Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), las consultas en servicios de urgencias y las hospitalizaciones. Una revisión sistemática y metaanálisis reciente confirma la asociación entre las partículas derivadas de incendios y un incremento de hospitalizaciones y visitas a urgencias por enfermedades respiratorias, además de observar una asociación con mortalidad por todas las causas. La evidencia sobre determinados resultados cardiovasculares es, sin embargo, más heterogénea.

La Sociedad Española de Salud Ambiental (SESA) señala asimismo que la exposición al humo puede asociarse con exacerbaciones de asma y EPOC, bronquitis, infecciones respiratorias y repercusiones cardiovasculares, además de importantes efectos psicológicos entre las personas afectadas por los incendios.

Impacto multisistémico y poblaciones especialmente vulnerables

Salud respiratoria

Las personas con **asma, EPOC u otras enfermedades respiratorias crónicas constituyen uno de los grupos prioritarios**. La inhalación de humo puede aumentar los síntomas respiratorios, favorecer la pérdida de control de la enfermedad y desencadenar exacerbaciones.

Por ello, durante estos episodios es especialmente importante mantener adecuadamente el **tratamiento de mantenimiento**, comprobar la adherencia y revisar la correcta utilización de los dispositivos inhaladores. Los tratamientos habituales no deben suspenderse ni modificarse por iniciativa propia como consecuencia del episodio ambiental.

Salud cardiovascular

Las partículas finas pueden producir inflamación sistémica, estrés oxidativo, disfunción vascular y modificaciones de los mecanismos de coagulación. Diversos estudios han relacionado la exposición al humo de los incendios con un incremento de acontecimientos cardiovasculares, aunque la magnitud y consistencia de estas asociaciones varían dependiendo del desenlace estudiado.

Por esta razón, también deben extremarse las precauciones en personas con **cardiopatía isquémica, insuficiencia cardíaca, antecedentes cerebrovasculares u otras enfermedades cardiovasculares**.

Personas especialmente vulnerables

Además de quienes presentan enfermedades respiratorias o cardiovasculares, deben considerarse especialmente vulnerables: **las personas mayores, los niños, las mujeres embarazadas y las personas con enfermedades crónicas, además de quienes trabajan o permanecen durante largos periodos en exteriores**.

En los niños, el aparato respiratorio continúa desarrollándose y la ventilación por kilogramo de peso corporal es mayor que en los adultos. Las personas mayores, por su

parte, presentan con mayor frecuencia multimorbilidad y menor reserva fisiológica.

Salud mental

Los efectos sanitarios de los incendios tampoco terminan en la exposición al humo. La evacuación, la pérdida de viviendas o bienes, la incertidumbre y la percepción de amenaza pueden producir importantes consecuencias psicológicas.

La SESA destaca el incremento de **ansiedad, depresión, insomnio y trastorno de estrés postraumático**, tanto entre las personas directamente afectadas como entre determinados profesionales implicados en la respuesta a la emergencia.

Decálogo de prevención desde la farmacia comunitaria

1. Consultar la calidad del aire y seguir siempre las recomendaciones oficiales

La población debe consultar los sistemas oficiales de información sobre calidad del aire y atender prioritariamente las indicaciones de **Protección Civil y las autoridades sanitarias** respecto a confinamiento, evacuación o limitación de actividades.

La SESA considera la monitorización de la calidad del aire una herramienta fundamental para adoptar precozmente medidas de protección sanitaria.

2. Reducir la exposición al humo

Cuando exista contaminación importante, debe limitarse la permanencia y especialmente el **ejercicio físico intenso al aire libre**, ya que durante el esfuerzo aumenta la ventilación pulmonar y, con ello, la cantidad de contaminantes inhalados.

Debe tenerse en cuenta que el humo puede desplazarse a grandes distancias y afectar a municipios alejados del incendio.

3. Mantener un ambiente interior lo más limpio posible

Cuando las autoridades aconsejen permanecer en interiores, deben mantenerse **puertas y ventanas cerradas siempre que las condiciones térmicas lo permitan**, tratando de disminuir la entrada de humo desde el exterior.

Es fundamental compatibilizar estas recomendaciones con la prevención de los efectos del calor extremo, ya que permanecer en una vivienda cerrada y excesivamente caliente también puede representar un riesgo para la salud.

4. Utilizar adecuadamente sistemas de filtración del aire

Los **purificadores portátiles con filtros HEPA (Aire Particulado de Alta Eficiencia)**, adecuadamente dimensionados para la estancia, pueden ayudar a disminuir la concentración de partículas en interiores.

Debe evitarse la utilización de dispositivos que **produzcan ozono**, ya que este contaminante puede irritar las vías respiratorias. La Environmental Protection Agency recomienda expresamente seleccionar equipos que no generen ozono.

5. Utilizar protección respiratoria adecuada cuando sea necesario salir

Las mascarillas quirúrgicas o de procedimiento no están diseñadas para proporcionar un sellado facial suficiente frente a las partículas finas del humo.

Cuando sea necesario permanecer en el exterior en condiciones de elevada contaminación, los **respiradores autofiltrantes correctamente ajustados, como FFP2 o superiores**, proporcionan una protección frente a partículas muy superior.

Debe recordarse, no obstante, que estos dispositivos **no eliminan todos los gases**

presentes en el humo, y su utilización puede resultar más difícil en determinadas personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares.

6. Optimizar el control de las enfermedades respiratorias

Desde la farmacia comunitaria puede prestarse especial atención a pacientes con **asma mal controlada o EPOC**, comprobando: la adherencia al tratamiento de mantenimiento, la disponibilidad de la medicación prescrita, el conocimiento del plan de acción cuando exista y la correcta técnica inhalatoria.

La exposición al humo no debe conducir a modificaciones improvisadas del tratamiento, sino a reforzar el control de la enfermedad y facilitar la valoración médica cuando sea necesaria.

7. Asegurar la continuidad de los tratamientos

Las evacuaciones, desplazamientos o pérdidas materiales pueden provocar interrupciones involuntarias de los tratamientos crónicos.

La farmacia comunitaria puede ayudar a identificar estas situaciones y favorecer, en coordinación con el resto del sistema sanitario, la **continuidad farmacoterapéutica**, especialmente en pacientes crónicos y polimedicados.

Esta función puede adquirir especial importancia cuando los incendios incrementan simultáneamente la presión sobre Atención Primaria y los servicios de urgencias. La SESA señala que durante estos episodios puede aumentar significativamente la demanda de inhaladores y otros tratamientos de soporte.

8. Reconocer los signos de alarma

Debe recomendarse una valoración sanitaria urgente ante síntomas como:

dificultad respiratoria importante o progresiva, dolor torácico, alteración del nivel de conciencia, síncope, coloración azulada de piel o mucosas o empeoramiento significativo que no responde al tratamiento habitual.

La farmacia comunitaria puede desempeñar una función importante en la identificación precoz de estos pacientes y en su derivación al nivel asistencial adecuado.

9. Mantener las precauciones después del incendio

El riesgo sanitario no finaliza cuando desaparecen las llamas. Las cenizas y partículas depositadas pueden volver a suspenderse durante las tareas de limpieza.

Además, los incendios pueden tener consecuencias indirectas sobre la **calidad del agua, los suelos y las condiciones generales de salubridad**, por lo que deben seguirse las recomendaciones de las autoridades respecto al consumo de agua, limpieza de viviendas y manipulación de cenizas.

10. Incorporar la perspectiva One Health y avanzar hacia una asistencia sanitaria sostenible

Los incendios muestran claramente la interdependencia existente entre **salud humana, salud ambiental y salud de los ecosistemas**.

Esta perspectiva puede extenderse también a la sostenibilidad de la asistencia sanitaria. En terapia inhalada, los inhaladores presurizados de dosis medida utilizan tradicionalmente propelentes hidrofluorocarbonados y presentan, en términos generales, una huella de carbono considerablemente superior a determinados dispositivos de polvo seco.

No obstante, **la elección o sustitución de un inhalador debe basarse prioritariamente en criterios clínicos, características del paciente, capacidad para utilizar correctamente el dispositivo, disponibilidad y preferencias**, y nunca realizarse exclusivamente por razones ambientales ni sin la participación del prescriptor cuando sea necesaria.

La farmacia comunitaria también puede contribuir a reducir el impacto ambiental mediante la educación sobre el **correcto uso y eliminación de los inhaladores y otros medicamentos a través de los sistemas establecidos de recogida en las farmacias.**

Una red sanitaria próxima a la población

Los incendios forestales pueden producir simultáneamente un incremento de las necesidades sanitarias y una mayor presión asistencial. La SESA advierte de que durante estos episodios aumentan las consultas y hospitalizaciones por causas respiratorias y cardiovasculares y puede incrementarse significativamente la demanda de tratamientos de soporte.

Por su distribución territorial, accesibilidad y contacto frecuente con pacientes crónicos, la **farmacia comunitaria puede integrarse en las estrategias de preparación y respuesta frente a los incendios**, contribuyendo a transmitir recomendaciones sanitarias homogéneas, identificar personas vulnerables, asegurar la continuidad de sus tratamientos y establecer criterios claros de derivación.

La respuesta frente a estos episodios debe plantearse desde una perspectiva multidisciplinar y coordinada entre **Protección Civil, Salud Pública, Atención Primaria, hospitales, servicios de emergencias, farmacia comunitaria y autoridades ambientales.**

Porque frente a un incendio, **proteger a la población no consiste únicamente en alejarla de las llamas: también es necesario reducir la exposición al humo y anticiparse a sus consecuencias sobre la salud.**

Sobre SEFAC

SEFAC (www.sefac.org) es una asociación de carácter científico-profesional, independiente, sin ánimo de lucro, integrada por los poseedores de título universitario oficial de Licenciado, Grado, Máster o Doctor en Farmacia que ejercen su actividad en farmacia comunitaria o tienen interés por colaborar con ella, cuyo propósito es impulsar el desarrollo científico y profesional del farmacéutico comunitario y su misión liderar la evolución del farmacéutico comunitario desde la provisión del medicamento a la prestación de servicios profesionales farmacéuticos centrados en el paciente y en la población en el ámbito de la atención primaria y sociosanitaria y en coordinación con otros profesionales de la salud.

Para más información, contactar con Javier Pulido (692 42 80 40 o jpulido@sefac.org.es) o Lorena Bravo (691 76 38 92 o lbravo@sefac.org.es)